



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

evaluación detallada

Bruszauskas, Ralf

Asociación: Triabolols Hamburg e. V.
Dorsal: 44

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M30

tiempo total: 5:00:43

velocidad: 8.38 km/h
rendimiento en carrera: 7:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 187 (de 311)
posición en el recorrido/Men: 174 (de 279)
mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 25(de 33)
mejor tiempo en la categoría: 3:37:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Runde	5.27	30:05	5:42	16	5:36	81	8:22	5.27	30:05	5:42	9	178		
Runde	5.27	30:12	5:43	15	5:45	87	8:29	10.54	1:00:17	5:43	9	173	16:51	
Runde	5.27	31:10	5:54	15	7:11	95	8:55	15.81	1:31:27	5:47	9	173	25:46	
Runde	5.27	33:44	6:24	18	8:17	133	10:56	21.08	2:05:11	5:56	9	173	36:42	
Runde	5.27	39:17	7:27	27	12:46	198	16:41	26.35	2:44:28	6:14	9	173	53:23	
Runde	5.27	42:27	8:03	29	14:14	215	19:55	31.62	3:26:55	6:32	9	173	1:13:18	
Runde	5.27	48:14	9:09	29	18:11	239	25:02	36.89	4:15:09	6:54	9	172	1:38:20	
Runde	5.27	45:34	8:38	25	17:02	207	29:49	42.16	5:00:43	7:07	25	1:23:04	180	4:07:21